

## Jadłospis od 14.06.2021 do 25.06.2021

Data	Śniadanie	Składniki/ Alergeny	Obiad	Składniki/ Alergeny	Podwieczorek	Składniki/ Alergeny
14.06.2021 poniedziałek	Kawa inka/ herbata owocowa, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, wędlina wieprzowa, bukiet warzyw	mleko, kawa inka, herbata owocowa, cukier trzcinowy, masło śmietankowe, gluten, chleb razowy /pszenny, wędlina, ogórek pomidor	Zupa pieczarkowa, chleb razowy/pszenny, ziemniaki, kielbasa pieczona, surówka z kapusty pekińskiej, herbata zielona	porcje rosółowe, włoszczyzna, ziemniaki, śmietana, chleb razowy i pszenny, kielbasa śląska, kapusta pekińska, szczypior, kukurydza konserwowa, ogórek, olej, herbata zielona	Pudding czekoladowy ciastka	Budyń, cukier, kakao, mleko, gluten, mąka, olej
Wartość kaloryczna		270 kcal		800 kcal		205kcal
15.06.2021 wtorek	Zupa mleczna/ herbata, bułka z masłem i dżemem	mleko, herbata, bułka pszenna, graham, masło śmietankowe, dżem brzoskwinowy	Zupa kapuśniak, chleb pszenny/razowy, kotlet schabowy, kasza jęczmienna, mizeria, woda z sokiem	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, kapusta, ziemniaki, chleb razowy /pszenny, ziemniaki, gluten, schab, jajka, ogórek, kasza jęczmienna, sok owocowy	Mleko/herbata jogurt owocowy herbatniki	Mleko, herbata, jogurt owocowy, mąka, jajka, cukier, gluten,
Wartość kaloryczna		380kcal		780kcal		160 kcal
16.06.2021 środa	Kawa inka/herbata zielona, kanapka: chleb razowy/chleb pszenny z masłem, wędlina drobiowa, papryka	mleko, inka, chleb razowy/pszenny, masło śmietankowe, wędlina drobiowa, papryka	Zupa żurek, chleb razowy/ pszenny, makaron z truskawkami, herbata czarna	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy/pszenny, ziemniaki, kielbasa biała surowa, jajka, makaron, gluten, truskawki, cukier, herbata czarna	Mleko/herbata, placki własnego wypieku z jabłkami	Mleko, herbata mąka, jajka, cukier, gluten, jabłko
Wartość kaloryczna		250 kcal		880 kcal		200 kcal
17.06.2021 czwartek	Kakao/herbata zielona, kanapka: chleb razowy/ pszenny, ser żółty, sałata, rzodkiewka	mleko, kakao, herbata zielona, cukier, masło śmietankowe, ser żółty, sałata, rzodkiewka	Zupa brokułowa, chleb razowy/pszenny Gulasz wieprzowy, kasza bulgur, ogórek małosolny, Kompot owocowy	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny, gluten, ziemniaki, brokuły, szynka wieprzowa, pieczarki, kasza bulgur, ogórek świeży, owoce	Mleko/herbata chałka z kremem czekoladowym owoc	Mleko, herbata, chałka, gluten, nutella, owoc
Wartość kaloryczna		300 kcal		750kcal		220kcal
18.06.2021	Kawa inka z mlekiem	mleko, kawa inka,	Zupa barszcz ukraiński,	porcje rosółowe, śmietana,	Mleko/herbata	Mleko, herbata,

piątek	/herbata, kanapka: chleb razowy/ pszenney, schab pieczony, masło śmietankowe, ogórek	herbata owocowa, cukier, <b>masło śmietankowe</b> , chleb razowy/ pszenney, schab pieczony, ogórek	chleb razowy/pszenney, porcja ryby, ziemniaki, pomidor ze śmietaną, woda z cytryną	włoszczyzna, chleb razowy i pszenney, <b>gluten</b> , kapusta, fasola, buraki, filet z miruny, ziemniaki, pomidor, cytryna	kisiel, ciastka owsiana z żurawiną	kisiel, mąka, olej, jaja, żurawina, <b>gluten</b>
<b>Wartość kaloryczna</b>		300 kcal		800 kcal		150kcal
21.06.2021 poniedziałek	Kawa inka z mlekiem /herbata owocowa, kanapka: chleb razowy/ pszenney, pasztet wieprzowy, masło śmietankowe, bukiet warzyw	<b>mleko</b> , kawa inka, herbata owocowa, cukier, <b>masło śmietankowe</b> chleb razowy/ pszenney, pasztet, ogórek, pomidor	Zupa jarzynowa, chleb razowy/pszenney, ziemniaki, filer z kurczaka w jajku, surówka z cukinii, herbata	porcje rosółowe, <b>śmietana</b> , włoszczyzna, chleb razowy i pszenney, <b>gluten</b> , ziemniaki, filet z kurczaka, jajka, cukinia, marchewka, herbata	Mleko/herbata, bułeczka z serem, owoc	<b>Mleko</b> /herbata, , mąka, olej, jaja, drożdże, <b>gluten</b> , <b>ser</b> owoc
<b>Wartość kaloryczna</b>		330 kcal		800kcal		300kcal
22.06.2021 wtorek	Kakao/herbata, kanapka: chleb razowy/ pszenney, masło śmietankowe, jajko, papryka	<b>mleko</b> , kakao, herbata owocowa, cukier, <b>masło śmietankowe</b> , <b>jajko</b> , papryka	Zupa barszcz czerwony, chleb razowy/pszenney kotlet mielony, kasza gryczana,	porcje rosółowe, <b>śmietana</b> , włoszczyzna, chleb razowy i pszenney, <b>gluten</b> , buraki, <b>jajka</b> , mięso mielone z łopatki, kasza gryczana	Mleko/herbata, kasza manna z sokiem, herbatniki, banan	<b>Mleko</b> /herbata Kasza manna, sok owocowy, mąka, olej, jaja, banan <b>gluten</b>
<b>Wartość kaloryczna</b>		290 kcal		790 kcal		250 kcal
23.06.2021 środa	Kawa inka z mlekiem /herbata owocowa, kanapka: chleb razowy/ pszenney, wędlina, masło śmietankowe, ogórek	<b>mleko</b> , kawa inka, herbata owocowa, cukier, <b>masło śmietankowe</b> chleb razowy/ pszenney, wędlina wieprzowa, ogórek	Zupa grochówka, chleb razowy/pszenney makaron z serem Herbata z cytryną	porcje rosółowe, <b>śmietana</b> , włoszczyzna, chleb razowy i pszenney, kiełbasa , groch, <b>gluten</b> , makaron, <b>twaróg</b> , cytryna, herbata	Mleko/herbata płatki mlekołaki, owoc	<b>Mleko</b> /herbata płatki mlekołaki, truskawki
<b>Wartość kaloryczna</b>		310 kcal		810 kcal		330 kcal
24.06.2021 czwartek	Kawa inka z mlekiem /herbata owocowa, kanapka: chleb razowy/ pszenney, twaróg, masło	<b>mleko</b> , kawa inka, herbata owocowa, cukier trzcinowy, <b>masło śmietankowe</b> , chleb razowy/	Zupa rosół, chleb razowy/pszenney kurczak pieczony, ryż, marchewka z jabłkiem, woda z sokiem	porcje rosółowe, <b>śmietana</b> , włoszczyzna, chleb razowy i pszenney, <b>gluten</b> , makaron, podudzia z kurczaka, ryż, majonez, marchewka, jabłka,	Mleko/herbata naleśniki, słupki z marchewki	<b>Mleko</b> /herbata mąka, olej, jaja, cukier, marchewka

	śmietankowe	pszenny, <b>twaróg</b>		sok owocowy		
<b>Wartość kaloryczna</b>		270 kcal		890 kcal		200 kcal
25.06.2021 piątek	Kawa inka z mlekiem/ herbata owocowa, Kanapka: chleb razowy/ pszenny, wędlina, masło śmietankowe, ogórek	<b>mleko</b> , kawa inka, herbata owocowa, cukier trzcinowy, <b>masło śmietankowe</b> chleb, razowy/ pszenny, wędlina, ogórek	Zupa pomidorowa ,chleb razowy/pszenny, naleśnik z musem truskawkowym, herbata	porcje rosółowe, <b>śmietana</b> , włoszczyzna, chleb razowy i pszenny, <b>gluten</b> , ryż, mąka, jajka, mleko, truskawki, herbata	Mleko/herbata galaretka z truskawkami, wafelki	<b>Mleko</b> , herbata galaretka, truskawki, <b>gluten</b> , jaja, wafle, mąka, kakao, cukier
<b>Wartość kaloryczna</b>		290 kcal		880 kcal		310 kcal